

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13
Лощинина О.Н.

Составил
Старшая медсестра
Икрянникова Е.В.

Примерное десятидневное меню

14.10.2024		15.10.2024		16.10.2024		17.10.2024		18.10.2024	
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак Макароны с сыром	120 /5/5	Завтрак Вермишель молочная	150/ 200	Завтрак Каша гречневая молочно-молочная	150/ 200	Завтрак Каша молочно-молочная из овсяных хлопьев	150/2 00	Завтрак Каша дружба	150/ 200
Печенье	40	Хлеб пшеничный с сыром	20	Хлеб пшеничный с маслом	20	Хлеб пшеничный с сыром	20	Хлеб пшеничный с маслом	20
Чай	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/2 00	Злаковый напиток с молоком	150/ 200
Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	10 0	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	100	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	100	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	100	Второй завтрак Напиток Витаминный с лимоном	
Обед Суп рисовый со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Щи из свежей капусты со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Суп Рассольник	150/2 00/ 10	Обед Суп Крестьянский со сметаной	150/20 0/ 5	Обед Свекольник со сметаной	150/ 200
Котлета куриная	50- 75	Шницель	50- 75	Биточки куриные	50-75	Макароны	100	Тефтели с рисом	
Гречневый гарнир	120	Картофельное пюре	100	Перловка с овощами	100	Гуляш	90	Соус томатный	50
Томатный соус		Хлеб ржаной	30/40	Хлеб ржаной	30/40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	30/40
Хлеб ржаной	30/40	Компот из с/ф		Компот из с/ф		Компот из с/ф		Компот из с/ф	
Компот из с/ф	150/ 200		150/ 200		150/2 00		150/20 0		150/ 200
Полдник Каша пшеничная молочная	150/ 200	Полдник Омлет натуральный	80	Полдник Котлета рыбная	65	Полдник Манник с молочным соусом	/50	Полдник Плюшка	75
Хлеб пшеничный с маслом	20	Хлеб пшеничный	20	Салат свекольный	50	Чай	150/2 00	Чай	150/ 200
Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Чай	150/ 200	Хлеб пшеничный	20				
				Чай	150/ 200				

Утверждено
Заведующий МБДОУ Сасовский ДС № 13

Лощинина О.Н.

Составил
Старшая медсестра
Икрянникова Е.В.

Примерное десятидневное меню

21.10.2024		22.10.2024		23.10.2024		24.10.2024		25.10.2024	
Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
Завтрак Гречка с мас- лом и сахаром	120	Завтрак Пшённая молочная	150/ 200	Завтрак Каша Друж- ба	150/ 200	Завтрак Каша из ов- сяных хлопь- ев	150/ 200	Завтрак Каша ри- совая	150/2 00
Печенье	40	Хлеб пше- ничный с сыром	20	Хлеб пше- ничный с маслом	20	Хлеб пше- ничный с сыром	20	Хлеб пше- ничный с маслом	20
Чай	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/ 200	Злаковый напиток с молоком	150/2 00
Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй зав- трак Напиток Ви- таминный	100	Второй завтрак Напиток Ви- тамин- ный	100
Обед Суп верми- шелевый со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Суп Рыбный (минтай)	150/ 200/ 5	Обед Щи из све- жей капусты со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Суп с яйцом со сметаной	150/ 200/ 5	Обед Суп-пюре гороховый	150/20 0/5
Котлета ку- риная	50- 75	Рисовый гарнир	100	Биточки ку- риные	50-75	Суфле кури- ное		Карто- фельное пюре	100
Гороховое пюре	100	Тефтели	50- 75 50	Картофель- ное пюре	100	Макароны		Гуляш	90
Хлеб ржаной	30/40	Томатный соус		Хлеб ржа- ной	30-40	Томатный соус		Хлеб ржа- ной	30/40
Компот из с/ф	150/ 200	Хлеб ржа- ной	30/40	Хлеб ржа- ной	30-40	Хлеб ржаной	30/40	Компот из с/ф	150/20 0
Полдник Каша манная молочная	150/ 200	Компот из с/ф	150/ 200	Компот из с/ф	150/ 200	Компот из с/ф	150/ 200		
Хлеб пше- ничный с маслом	20	Полдник Винегрет	120	Полдник Запеканка творожная с молочным соусом	/50	Полдник Рыбная кот- лета	65	Полдник Сдоба	75
Злаковый напиток с мо- локом	150/ 200	Хлеб пше- ничный Чай	20 150/ 200	Чай	150/ 200	Салат Све- кольный	50	Чай	150/ /200
						Хлеб пше- ничный Чай	20 150/ 200		